

م ق م : ٢٠٠٦/٢١١١

كودكس : ١٨١ / ١٩٩١

الأغذية منخفضة السعرات المستخدمة فى الحفاظ على الوزن

جمهورية مصر العربية
الهيئة المصرية العامة للمواصفات والجودة

تاريخ الاعتماد : ٨ / ٢ / ٢٠٠٦

الهيئة المصرية العامة للمواصفات والجودة

العنوان : ١٦ ش تدريب المتدربين – السواح – الأميرية.

تليفون : ٢٨٤٥٥٢٢ – ٢٨٤٥٥٢٤

فاكس : ٢٨٤٥٥٠٤

بريد الكترونى : moi@idsc.net.eg

موقع الكترونى : www.eos.org.eg

م.ق.م ٢١١١ / ٢٠٠٦

كودكس ١٨١ / ١٩٩١

مقدمة :

م.ق.م ٢١١١/ ٢٠٠٦ الخاصة بـ " الأغذية منخفضة السعرات المستخدمة فى الحفاظ على الوزن " تلغي وتحل محل أخر أصدار لها عام ١٩٩٢ ، وهي متماثلة فنيا مع المواصفة الـدولية كودكـس ١٨١ /١٩٩١

قام بأعداد هذه المواصفة لجنة التوافق رقم ٣/١٠ الخاصة بالاغذية الخاصة

الأغذية منخفضة السعرات المستخدمة فى الحفاظ على الوزن

١- المجال

تختص هذه المواصفة بالاشتراطات الأساسية والمعايير الوصفية للأغذية منخفضة السعرات المستخدمة فى الحفاظ على الوزن .

٢- التعريف

- **غذاء منخفض السعرات :**
تركيبه مجهزة بطريقة خاصة للاستخدام المباشر أو تعد فى شكل قابل للاستعمال لتحل محل وجبه أو بعض الوجبات من الغذاء اليومي بحيث تغطى الإحتياج اليومي من السعرات الحرارية .

٣- الإشتراطات الأساسية

٣/ ١ لا يسمح بإنتاج هذه الأغذية إلا بعد التصريح من الجهات الصحية المختصة .

٣/ ٢ يجب إنتاج هذه الأغذية وفقاً للاشتراطات الصحية .

٣/ ٣ يجب أن يكون المنتج خالياً من الميكروبات الممرضة المسببة للتسمم الغذائي وسمومها .

٣/ ٤ يجب أن يكون المنتج خالياً من الميكروبات المسببة للفساد وسمومها .

٣/ ٥ تكون السموم الفطرية فى الحدود المسموح بها .

٣/ ٦ يجب أن تجهز هذه الأغذية من مكونات بروتينية من أصل حيواني و/أونباتي صالحة للاستهلاك الآدمي وكذلك المكونات الأخرى والتي تشمل الدهون والكربوهيدرات الغذائية الأخرى .

٣/ ٧ تكون الإضافات الغذائية المستخدمة من المصرح بها صحياً ولا تزيد على الحدود الموصى بتناولها يوميا.

٣/ ٨ يجب أن يحضر المنتج بعناية لمعاملات التصنيع الجيد بحيث لا يتبقى بقايا مبيدات التى يمكن ان تسبب أضرار صحية .



٣/ ٩ يجب أن يكون المنتج خالياً من بقايا الهرمونات والمضادات الحيوية .

٣/ ١٠ يجب ان يكون المنتج خالياً من الـــمـــلــوثات الأخــرى خاصة المواد ذات النشاط الفارماكولوجي .

٣/ ١١ يكون المنتج خالياً من أية مواد سامة أو ضارة بالصحة .

٣/ ١٢ يكون المنتج خالياً من الشوائب والمواد الغريبة.

٣/ ١٣ الطاقة

٣/ ١٣/ ١ فى حالة ما اذا كانت هذه التركيبة ستحل محل جميع الوجبات اليومية فيجب ان يتراوح محتوى الطاقة بها من ٨٠٠-١٢٠٠ كيلو كالورى

٣/ ١٣/ ٢ فى حالة ما اذا كانت عدد الوجبات فى اليوم ثلاث وجبات فان الوجبة الواحدة من هذه التركيبة يجب ان تعطى ثلث كمية الطاقة المحددة بالبند ١/١٣/٣.

٣/ ١٣/ ٣ واذا كانت عدد الوجبات أربع وجبات فى اليوم يجب ان تكون الوجبة الواحدة من هذه التركيبة تعطى ربع الطاقة المحددة فى البند ١/١٣/٣.

٣/ ١٣/ ٤ وفى حالة ما اذا كانت هذه التركيبة تحل محل وجبة او اكثر من الغذاء اليومى فانه يجب ان تعطى كمية من الطاقة لا تقل عن ٢٠٠ كيلو كالورى ولا تزيد على ٤٠٠ كيلو كالورى للوجبة الواحدة

٣/ ١٤ المغذيات:

٣/ ١٤/ ١ البروتين :
لا يزيد البروتين فى الكمية المتناولة من الغذاء على ١٢٥ جم فى اليوم على ان تمثل الطاقة المستمدة من البروتين من ٢٥- ٥٠٪ من كمية الطاقة الكلية المتحصل عليها من هذا الغذاء ، على أن يكافئ هذا البروتين من الناحية التغذوية بروتين البيض أو بروتين اللبن ولا تقل كفاءته عن ٨٠٪ من البروتين المرجعي – و في حالة اضافة الأحماض الأمينية الأساسية يجب أن تستخدم فقط صورة المماثل (ل) عـــدا (دي- ال ميثيونين) يمكن استخدامه .

٣/ ١٤/ ٢ الدهون واللينوليت :
يجب ان لا تزيد الطاقة المستمدة من الدهون علي ٣٠٪ من كمية الطاقة الكلية المستمدة من الوجبات ولا تقل طاقة حمض اللينوليك عن ٣ ٪ من طاقة الدهون .

٣/ ١٤/ ٣ الفيتامينات والمعادن :
تضاف الفيتامينات والمعادن بنسبة ١٠٠٪ من الاحتياجات اليومية فى حالة الاعتماد علي هذه الوجبات فقط فى اليوم – أما فى الوجبة الواحدة فيجب أن تختزل هذه النسب إلى ٣٣٪ من الاحتياج اليومي عند تناول ثلاث وجبات ، ٢٥٪ فى حالة تناول ٤ وجبات .

قائمة الفيتامينات والأملاح المعدنية :

فيتامين أ	٦٠٠ ميكروجرام مقدرة بالرتينول .
فيتامين د	٥و٢ ميكروجرام
فيتامين هـ	١٠ ملجم .
فيتامين ج	٣٠ ملجم
ثيامين	٨و٠ ملجم .
ريبوفلافين	١,٢ ملجم .
نياسين	١١ ملجم
فيتامين ب٦	٢ ملجم
فيتامين ب١٢	١ ميكروجرام .
حمض الفوليك	٢٠٠ ميكروجرام
كالسيوم	٥٠٠ ملجم
فوسفور	٥٠٠ ملجم
حديد	١٦ ملجم
يود	١٤٠ ميكرو جرام
ماغنسيوم	٣٥٠ ملجم
نحاس	١,٥ ملجم
زنك	٦ ملجم
صوديوم	١ جم
بوتاسيوم	١,٦ جم
صوديوم	١ جم



٤- التعبئة والبيانات

٤/ ١ يعبأ المنتج فى عبوات مناسبة تحافظ على خواصها وتحميها من التلف والفساد .

٤/ ٢ فى حالة المنتجات السائلة يجب أن تعامل حرارياً وتعبأ فى أوعية محكمة الغلق لضمان خلوها التام من الميكروبات ويمكن استخدام النيتروجين أو ثاني اكسيد الكربون كوسط للتعبئة .

٤/ ٣ يجب أن نتطابق العبوات ومواد التعبئة المواصفات القياسية الخاصة بها .

٤/ ٤ فى حالة المنتجات المعدة للاستهلاك مباشرة فإن محتويات العبوة يجب أن :

٤/ ٤/ ١ لا تقل عن ٨٠% حجم/ حجم للعبوة التى تزن أقل من ١٥٠ جم من السعة المائية للعبوة .

٤/ ٤/ ٢ لا تقل عن ٨٥% حجم/ حجم للعبوة التى تزن ١٥٠ – ٢٥٠ جم من السعة المائية للعبوة .

٤/ ٤/ ٣ لا تقل عن ٩٠% حجم/ حجم للعبوة التى تزن أكثر من ٢٥٠ جم من السعة المائية للعبوة

٤/ ٥ مع مراعاة ما ورد بالمواصفة القياسية رقم ٢٧٢٩ " البيانات والايضاحات للاغذية الخاصة المعبأة" تدون البيانات التالية باللغة العربية بخط واضح غير قابل للمحو ويجوز كتابتها بأحد اللغات الأجنبية الاخرى :

٤/ ٥/ ١ اسم الغذاء وعبارة (تركيبة بغرض الحفاظ علي الوزن)

٤/ ٥/ ٢ قائمة المكونات .

٤/ ٥/ ٢/ ١ القيمة الغذائية لكل ١٠٠ جم أو ١٠٠ مل من الغذاء .

٤/ ٥/ ٢/ ٢ كمية الطاقة معبراً عنها بالسعرات .

٤/ ٥/ ٢/ ٣ كمية البروتين والدهون والكربوهيدرات / ١٠٠ جم من المنتج .

٤/ ٥/ ٢/ ٤ كمية الفيتامينات والأملاح المعدنية / ١٠٠ جم من المنتج .

٤/ ٥/ ٢/ ٥ توضح أية مغذيات أخرى .

٤/ ٥/ ٣ الكمية المقترحة للاستهلاك .

٤/ ٥/ ٤ تاريخ الإنتاج وتاريخ انتهاء الصلاحية .

٤/ ٥/ ٥ ظروف التداول والتخزين قبل وبعد الفتح .

٤/ ٥/ ٦ إرشادات الاستخدام .

٤/ ٥/ ٧ رقم وسنة التسجيل بالجهات الصحية .

٤/ ٥/ ٨ اسم المنتج وعنوان وعلامته التجارية .

٤/ ٥/ ٩ عبارة " ان يكون استخدام هذه المنتجات تحت الإشراف الطبي "

٤/ ٥/ ١٠ عبارة " صنع فى مصر" فى حالة الانتاج المحلى وبلد المنشأ فى حالة الاستيراد.

٥- المصطلحات الفنية

محتوى الطاقة	Energy content
المغذيات	Nutrient content
الدهون	Fats
بقايا المبيدات	Pesticide Residues
النظام الغذائي للتحكم فى الوزن	For the dietary management of weight

٦- المراجع

Codex Stand No. 181/1991
Formula foods for use in weight control Diets

الجهات التى اشتركت فى وضع المواصفة

قام بإعداد هذه المواصفة اللجنة الفنية رقم (١٠/٣) والخاصة بالاغذية الخاصة والتى يضم تشكيلها الجهات التالية :

الهيئة المصرية العامة للمواصفات والجودة
ادارة مراقبة الاغذية – وزارة الصحة والسكان
الادارة المركزية للصيدلة – وزارة الصحة والسكان
كلية الزراعة – حامعة المنوفية
غرفة الصناعات الغذائية
المعهد القومي للتغذية
المعامل المركزية – وزارة الصة والسكان
مصلحة الكيمياء
وزارة التموين والتجارة الداخلية
شركة ريري لغذاء الاطفال
شركة بسكو مصر
هيئة الرقابة علي الصادرات والواردات
شركة نسلة مصر

﴿الهيئة المصرية العامة للمواصفات والجودة﴾

١- أنشئت الهيئة المصرية العامة للتوحيد القياسى عام ١٩٥٧ بالقرار الجمهورى رقم ٢٩ لسنة ١٩٥٧ الذى نص على اعتبارها المرجع القومى المعتمد للشئون التوحيد القياسى ونص القانون رقم ٢ لسنة ١٩٥٧ على أن المواصفة لا تعتبر قياسية إلا بعد اعتمادها من الهيئة.

٢- فى عام ١٩٧٩ صدر القرار الجمهورى رقم ٣٩٢ لسنة ١٩٧٩ الذى قرر ضم مركز ضبط الجودة إلى الهيئة.

٣- فى عام ٢٠٠٥ صدر القرار الجمهورى رقم ٨٣ لسنة ٢٠٠٥ بإعادة تسمية الهيئة لتصبح الهيئة المصرية العامة للمواصفات والجودة ، وبناء عليه فإن الهيئة تختص بما يلى :

- إعداد وإصدار المواصفات القياسية للخامات والمنتجات والخامات والأجهزة ونظم الإدارة والتوثيق والمعلومات ومتطلبات الأمن والسلامة وفترات الصلاحية وأجهزة القياس.
- التفتيش الفنى والاختبار والرقابة وسحب العينات وإصدار شهادات المطابقة للمواصفات المعتمدة وشهادات المعايرة لأجهزة القياس.
- الترخيص بمنح علامة الجودة للمنتجات الصناعية وعلامات وشهادات الجودة والمطابقة المنتجات للمواصفات القياسية.
- تقديم المشورة الفنية وخدمات التدريب فى مجالات المواصفات والجودة القياس والمعايرة والاختبار والمعلومات لجميع الأطراف المعنية.
- تمثيل مصر فى أنشطة المنظمات الدولية والإقليمية العامة فى مجالات المواصفات والجودة والاختبار والمعايرة.

تقوم الهيئة بتنفيذ متطلبات واشتراطات اتفاقية العوائق الفنية على التجارة لمنظمة التجارة العالمية حيث أن الهيئة هى نقطة الاستعلام المصرية للإمداد بالمعلومات والوثائق فى مجال المواصفات وتقييم المطابقة.

٤- يدير الهيئة مجلس إدارة برئاسة وكيل أول الوزارة رئيس الهيئة، ويضم المجلس فى عضوية ممثلين عن مختلف الجهات المعنية للتوحيد القياسى وجودة الإنتاج والاختبار والمعايرة فى مصر بالإضافة إلى عدد من الأكاديميين والعلميين والخبراء والقانونيين ورجال الإعلام.

٥- يتم إعداد المواصفات القياسية من خلال لجان فنية يربو عددها على مائة لجنة يشارك فيها خبراء طبقاً للمعايير الدولية ومتخصصون من جميع الجهات المعنية ويقوم بالأمانة الفنية لها أعضاء من العاملين بالهيئة.

٦- يتم توزيع مشاريع المواصفات على قاعدة عريضة من الجهات المعنية والبلاد العربية لإبداء الملاحظات خلال فترة ستين يوماً كما تعرض هذه المشاريع على لجنة الصياغة ولجان عامة للمراجعة قبل العرض على مجلس الإدارة.

٧- تتبع الهيئة نظام الترخيص للمصانع باستخدام علامات الجودة على السلع والمنتجات المطابقة للمواصفات المصرية وذلك حماية المستهلكين وخدمة للصانعين لرفع جودة منتجاتهم. ويوجد بالهيئة مجموعة كبيرة من المعامل الحديثة لاختبار المنتجات الكيمائية ومواد البناء والتشييد والمنتجات الهندسية والغذائية ومنتجات الغزل والنسيج بالإضافة إلى معامل للقياس والمعايرة الميكانيكية والكهربائية والفيزيائية.

٨- يتوفر بالهيئة وحدة لحماية المستهلك لتتلقى شكواهم وتعمل على حلها وقد لاقت أعمال الوحدة نجاحاً كبيراً.

٩- يتوفر بالهيئة المكتبة الوحيدة فى مصر المتخصصة فى المواصفات القياسية تحتوى على أكثر من ١٣٠ ألف مواصفة دولية وأجنبية وإقليمية وعربية ومصر



ES: 2111 / 2006

CODEX : 181/1991

FOODS LOW CALORAY FOR USE IN WEIGHT CONTROL DIETS

ICS : 67.230

Arab Republic of Egypt
Egyptian Organization for Standardization and Quality